Del ajo a la yerbamora

ABC medicinal

DOCENTES Y ESTUDIANTES DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA
DE LA VEREDA PUEBLO NUEVO (CAUCA)



ajo



Del ajo a la yerbamora

ABC medicinal

DOCENTES Y ESTUDIANTES DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA
DE LA VEREDA PUEBLO NUEVO (CAUCA)



Del ajo a la yerbamora
ABC medicinal
Serie Río de Letras
Territorios Narrados PNLE

© Comunidad educativa de Pueblo Nuevo Ciprés y Quilcacé, por los textos, 2016

© Olimpo Vela, por las ilustraciones, 2016

Primera edición, Bogotá, abril de 2016

Coordinación editorial:
Juan Pablo Mojica Gómez

Diseño y diagramación:
La Silueta Ediciones

Equipo pedagógico:
Biviana García, Camila Cardeñosa, Andrés Fresneda y Rafael Yockteng

ISBN 978-958-691-

La publicación de este libro fue posible gracias al apoyo de la cooperación canadiense con fondos de *Global Affairs Canada*.





Canadä



Save the Children

MINEDUCACIÓN





Del ajo a la yerbamora

ABC medicinal

INSTITUCIÓN EDUCATIVA PUEBLO NUEVO CIPRÉS
INSTITUCIÓN EDUCATIVA AGROINDUSTRIAL DE QUILCACÉ



Presentación

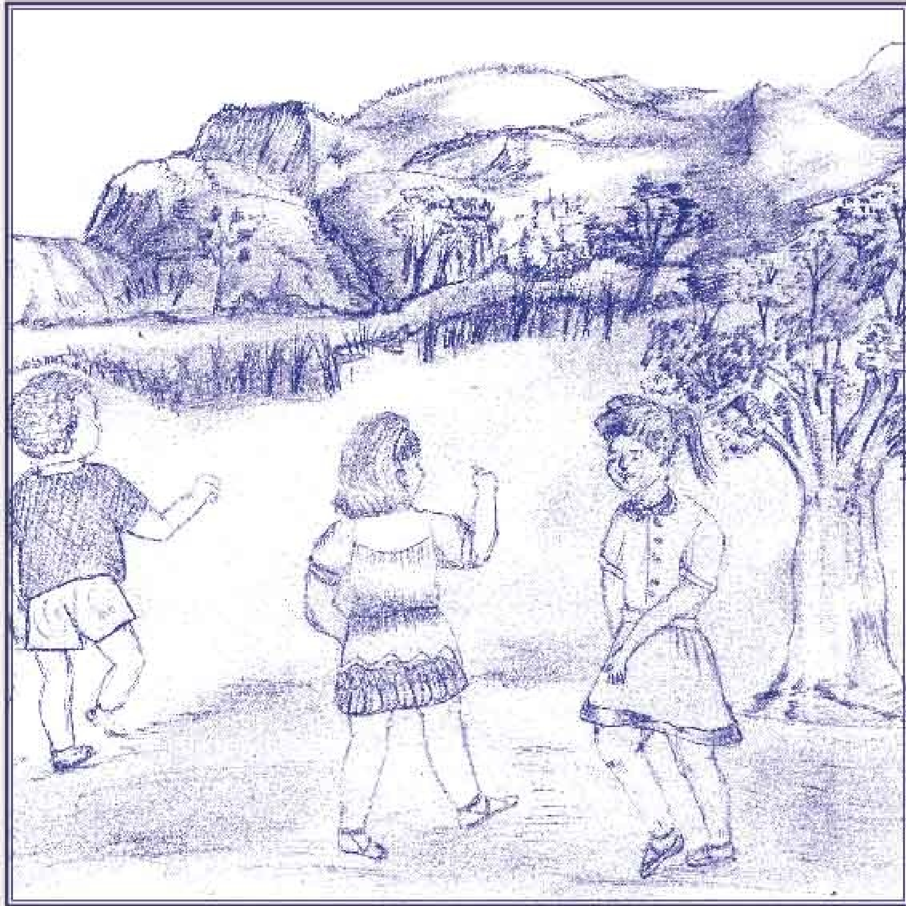
Cuando se habla de Colombia como una nación diversa lingüísticamente, se suele pensar en las 68 lenguas de comunidades indígenas, criollas y gitanas que además han ido enriqueciendo nuestra cultura colombiana con su sabiduría y tradición ancestral. Pero la diversidad va más allá, también hay una diversidad dialectal que nutre nuestro español. Así, cada lengua y cada variedad dialectal representan una manera de ver y nombrar el mundo, una manera de pensar y de hablar. Estas diferencias son fruto nada menos que de la convivencia que durante siglos han experimentado poblaciones indígenas, negras, europeas y criollas.

Resulta claro que una de las culturas que más impacto ha tenido en nuestra manera de concebirnos como país es la afrocolombiana. Esta población es responsable de importantes aportes desde el punto de vista cultural, lingüístico y político. Pero también es innegable que gran parte de los afrocolombianos viven en condiciones de pobreza, discriminación, abandono político y desplazamiento forzado, siendo además por mucho tiempo víctima del conflicto. En ese sentido es necesario visibilizar el trabajo pedagógico y de investigación que realizan las mismas comunidades para reconocerse, valorar y revitalizar los conocimientos propios como parte de su reivindicación política y cultural, pero también como una manera de diseminar esa diversidad de pensamiento y creatividad al interior las aulas colombianas y en cuanto espacio sea necesario.

En el marco del Proyecto Territorios Narrados, que desde hace dos años ha promovido el fortalecimiento de la lectura, la escritura y la oralidad en diversas comunidades étnicas del país, abrimos un nuevo capítulo dedicado a la cultura afrocolombiana. Para ello, el Plan Nacional de Lectura y Escritura y la Fundación Save the Children Colombia se han aliado para producir esta tercera fase del proyecto con cinco nuevos materiales escritos e ilustrados por siete comunidades educativas afrocolombianas de Tumaco, El Tambo, Guapi, El Charco, La Tola y Patía, y cuya producción y publicación ha sido posible por el apoyo de la cooperación canadiense, con fondos de Global Affairs Canada. Se trata de libros escritos en español y que guardan los elementos propios del dialecto de cada zona; libros con los que esperamos que se perpetúen y transmitan a las nuevas generaciones la música, la medicina tradicional, las narraciones y los juegos afrocolombianos del pacífico colombiano.

Así pues, están todos invitados a conocer la memoria colectiva de estos pueblos que reposa en la mente de abuelos, maestros, padres, madres, niños, niñas y jóvenes. Una memoria que nos permitirá leer nuestra historia común afrocolombiana y descubrir nuevas claves para la construcción de una Colombia mejor educada y en paz.

Victor Javier Saavedra Mercado
Viceministro de Educación Preescolar, Básica y Media



Introducción

Resulta de gran importancia para la comunidad de El Tambo dar a conocer la biodiversidad de sus plantas medicinales en la zona sur del municipio. Son estas plantas las que han propiciado la cura a muchas de nuestras enfermedades y han brindado alivio a la gente afrodescendiente desde los tiempos de nuestros ancestros, cuando no llegaba a esta región la medicina occidental ni había médicos profesionales ni hospitales.

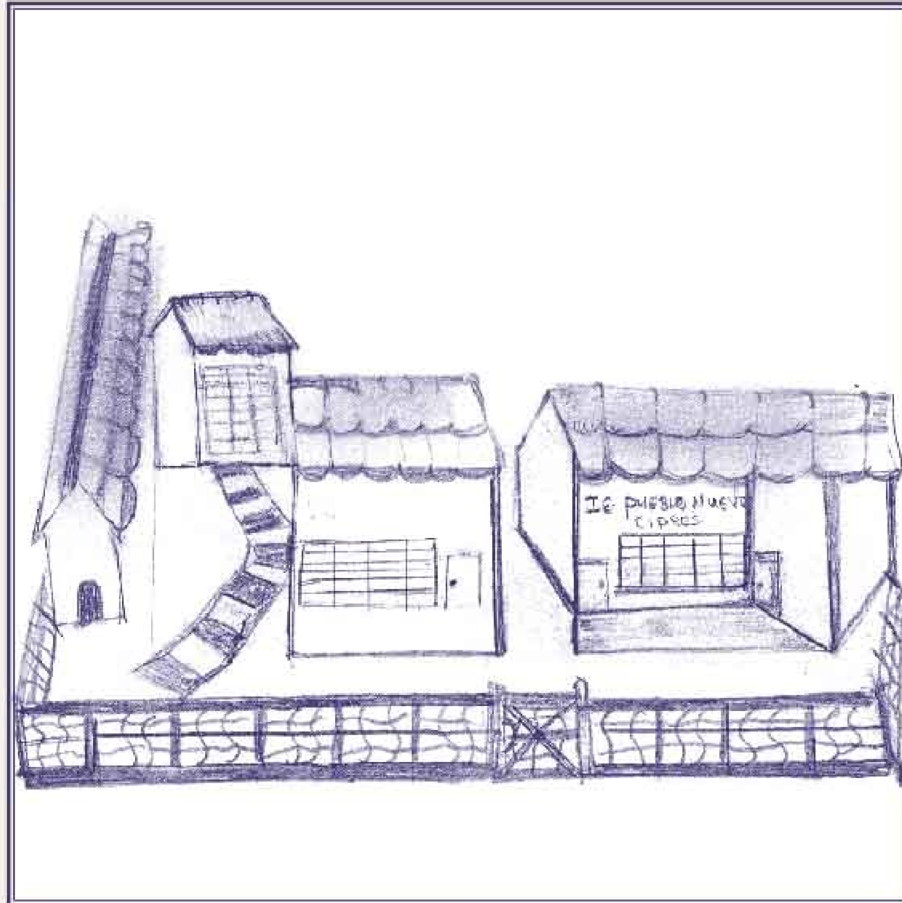
Con este libro, además, buscamos destacar las particularidades de nuestra oralidad. Esa alegría que enciende cada rostro al contar nuestros cuentos, mitos y leyendas; al recitar nuestras coplas y danzar nuestros bailes. Solo así mantenemos viva nuestra identidad e integridad comunitaria, al tiempo que nos hacemos visibles socialmente.

Reconocemos, asimismo, la importante labor del Ministerio de Educación Nacional al hacer presencia en esta apartada zona del país. Celebramos que iniciativas como el Proyecto Territorios Narrados divulguen para todo el país la cultura afrocolombiana a través de nuestra oralidad, de nuestros fueros y costumbres, y desde un enfoque diferencial que resalte a su vez la diversidad cultural que habita en el territorio colombiano.

El ejercicio que dio como fruto esta publicación nos ha ayudado a generar espacios de conocimientos colectivos y de reflexión. Con estas herramientas aspiramos mejorar nuestras estrategias educativas para que los procesos de lectura y escritura que llevamos adelante resulten más llamativos, formativos, constructivos y alegres. Gracias a este tipo de publicaciones —y a nuestra labor pedagógica— podemos hacer que nuestra población afrocolombiana reconozca su territorio y fortalezca sus valores y autoestima.

Por último, queremos agradecer al equipo del Plan Nacional de Lectura y Escritura «Leer es mi Cuento», del Ministerio de Educación Nacional, a Carlos Vargas, oficial de Save The Children —Proyecto Vive la Educación—, y a los estudiantes y docentes de las IE Pueblo Nuevo Ciprés y Agroindustrial de Quilcacé por ayudarnos a hacer realidad el sueño de mostrar este pedacito de nuestra cultura.

En la recopilación y escritura de este libro participaron: Inés Idrobo, Andrés Jiménez, Leidy Paola Zamora, José Vicente Camilo, Kevin Idrobo Restrepo, Yonier Adrián Llantén Olano, María Argenis Jiménez, María Inocencia Balanta, Juan Pablo Velasco, Deimar Humberto Caicedo, María Isabel Idrobo, María Lucia Perdomo, Elsa Pérez, Dasmaris Camilo, Olimpo Vela, Sem Camilo, Deisi Yoleni Escobar, Holman Yair, Valentina Córdoba Alonso, Hector Alexis Rodallega, María Tatiana Carabalí, Yurani Camilo y Karen Yuliana Mambuscay.


IE PUEBLO NUEVO
CIPRES

Pueblo Nuevo, El Tambo

El Tambo fue fundado en el mes de agosto de 1914. El municipio se caracteriza por ser multiétnico y pluricultural, conviven en él mestizos (70%), afrocolombianos (25%) e indígenas (5%). Cuenta además con los tres pisos térmicos y una altura sobre el nivel del mar de entre novecientos y mil metros.

El municipio de El Tambo limita al norte con el municipio de López de Micay, al sur con Patía y Argelia, al oriente con Morales, Cajibío, Popayán, Timbío y Rosas, y al occidente con Guapi.

La zona sur de El Tambo es el lugar donde hay mayor concentración de afrocolombianos y afrocolombianas, según el censo realizado por comunidades negras. Su población aproximada es de 8016 habitantes que se distribuye en tres corregimientos y veintidós veredas.

Por efecto del intenso verano de los últimos años, hoy el sur de El Tambo cuenta con muy pocos cultivos, y sus bosques y pastos están secos. A esto se suma la degradación del suelo, las fuentes de agua, la fauna y la flora, debido a las practicas productivas inadecuadas como la quema, la tala, el uso de arado y de herbicidas, la minería ilegal y los cultivos ilícitos. La mayoría de la población sobrevive de la minería artesanal aurífera y carbonífera, y del comercio de almidón de yuca.

La identidad cultural de la comunidad afrodescendiente del sur de El Tambo se caracteriza por sus ritos, mitos, leyendas, costumbres, su medicina tradicional, gastronomía, sus bailes y su dialecto. Se trata de manifestaciones culturales arraigadas desde tiempos inmemoriales, que definen nuestra manera de ser y relacionarnos.

El Tambo cuenta con las Instituciones Educativas de Pueblo Nuevo Ciprés, Agroindustrial de Quilcacé y el Centro Educativo la Alianza. Estas desarrollan un proceso tendiente a mejorar la calidad educativa y la ampliación de cobertura, gracias al acompañamiento de Save The Children y el Consejo Noruego para Refugiados, a través del Proyecto Vive la Educación.

ABC medicinal















A



Aguacate

Si te mueres del guayabo,
te voy a recomendar
rayar pepa de aguacate
que en agua vas a tomar.

La pepa del aguacate
es el perfecto aliciente,
tomándosela en polvito
dejas cualquier aguardiente.



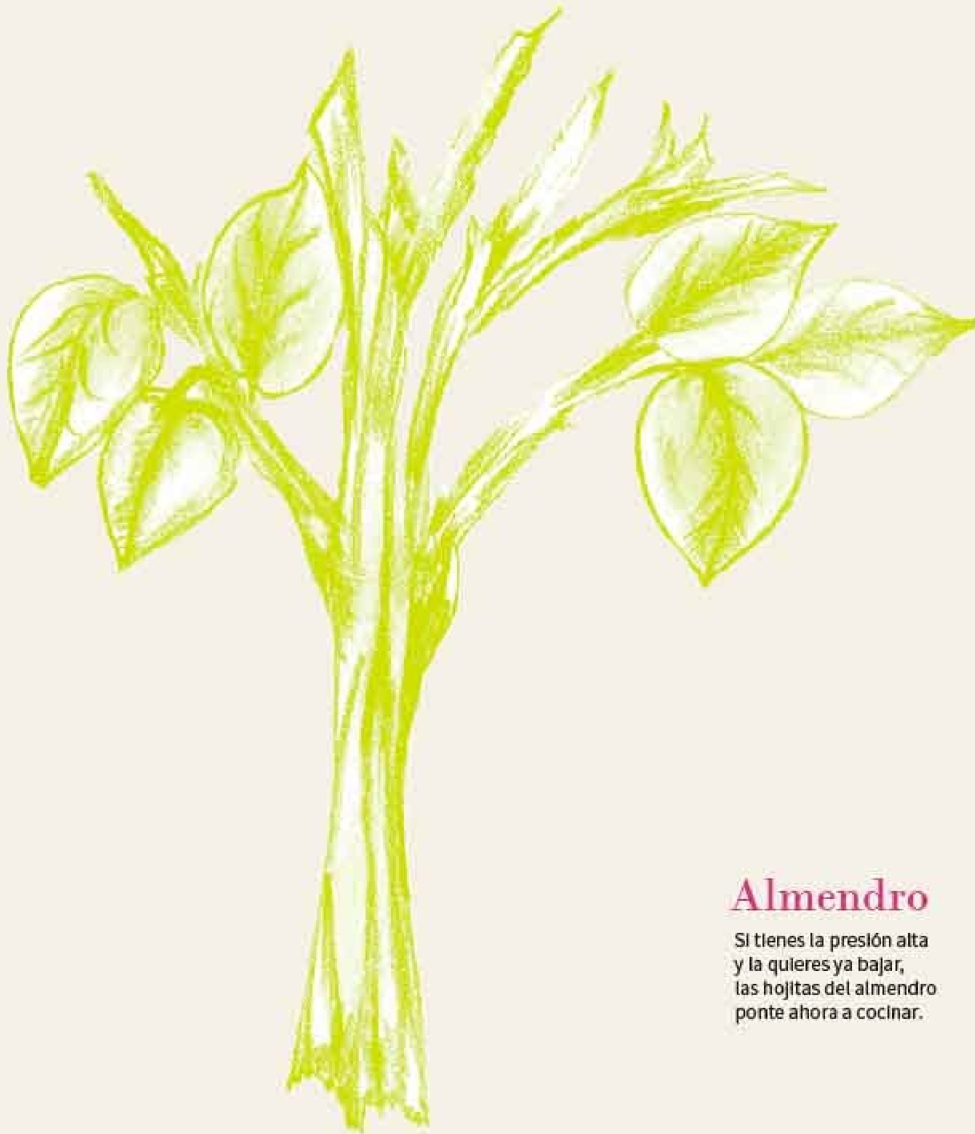
Ajo

En Pueblo Nuevo, en el Tambo
ajo nos gusta comer,
para alejar a las brujas
que nos vienen a joder.



Albaca

A las brujas de la zona
una planta voy a dar,
si su maldad no razonan
con albaca se me van.



Almendro

Si tienes la presión alta
y la quieres ya bajar,
las hojitas del almendro
ponte ahora a cocinar.

C



Caña agria

La caña agria es una planta
usada como **colirio,**
con la barriga inflada
vas a sentir el alivio.

Si lo que tienes es fiebre
y esta te quieres quitar,
con la caña agria **tacada**
bien que te has de curar.



Caña rajada

Si tu garganta se irrita,
prueba la caña rajada,
al humo y bien sudadita,
te deja como si nada.

Cargadita

Con las hojas de la planta
que se llama cargadita,
hazte una infusión bien santa
si duele la cinturita.





Casco de buey

Si quieres que tu presión
se mantenga siempre bien,
nunca dejes de tomar
en agua casco de buey.

Chupana

Si los **chuzos** y los **chupos**
se quieren eliminar,
con **masa** de la chupana
los cuchos logran curar.



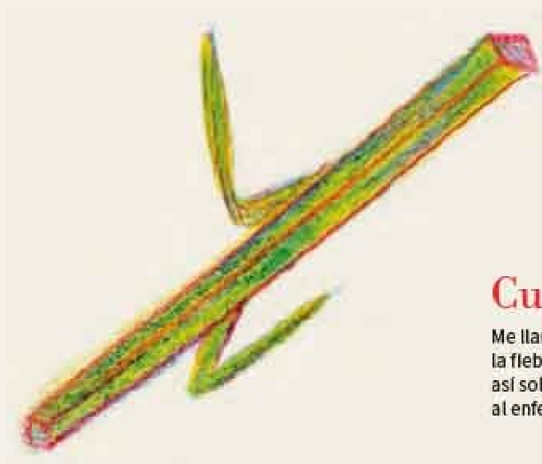


Cilantro

La matica de cilantro
tiene todos los nutrientes
que nos hacen crecer bien,
y ser más grandes y fuertes.

Además de acompañar,
da sabor a las comidas,
te cura de la hepatitis
y te energiza la vida.





Cuadradita

Me llaman la cuadradita,
la fiebre les bajaré,
así sola o en agüita
al enfermo curaré.

E



Escoba

La escoba es aquella planta
que sirve para barrer,
cura las irritaciones
y es buena para beber.



Eucalipto

Eucalipto es una planta
que sirve para la gripa,
cuando en agua la tomamos
toda fiebre se nos quita.

Con las hojas de eucalipto
la gripa debes sanar,
un hervido calientico
tres días debes tomar.

G



Guásimo

Allá arriba en aquel alto
está el viejito de Máximo,
a quien le saco los piojos
con pura baba de guásimo.

H





Hinojo

Para curar bien el **ojo,**
un secreto personal,
se mezcla con el hinojo
aguardiente artesanal.

Leche de yegua

Contra tal enfermedad,
que se llama tosferina,
a beber leche de yegua
pues será tu medicina.



L

Limón

Comentaron mis abuelos
en una vieja ocasión,
que lo mejor pa' la gripa
eran hojas de limón.

También dice mi mamá
que las hojas de limón
son un buen desinflamante
y bajan toda hinchazón.





Limoncillo

Por allá en el Limoncito
limoncillo yo sembré
para el frío de los niños
la tos y la **estornudez**.

Limoncillo en las mañanas
bien te podrá despertar,
pues su aroma exquisito
la casa te va a inundar.

Llantén

De las hojas de llantén
el zumito sí te cura
aliviándote el dolor,
no ampolla las quemaduras.

El agüita de llantén
el riñón te curará,
tómala sorbiendo poco,
pues amarga te sabrá.



M



Manzanilla

Si te duele la barriga,
manzanilla en infusión
un par de veces al día
y se te va ese dolor.

Manzanilla yo tenía
y el resfrío me quitó,
mas mala suerte la mía,
la vaca se la comió.

Matarratón

El matarratón en zumo
la fiebre puede curar,
si es antes del desayuno
pronto te puede sanar.



N



Nacedero

La vereda Pueblo Nuevo
goza de mucho ganado,
cuando le doy nacedero
queda del todo curado.

Las hojas de nacedero,
cuenta la abuela Consuelo,
tomándola hervidita
aumenta leche en los senos.

O



Orozul

Mi abuelita sí me dijo
que orozul debo tomar
pa' que me quite la tos
y por las noches soñar.

P



Paico

Con unas hojas de paico
que bien debes triturar,
puedes matar los parásitos
y tu hijo va a sanar.



Poleo

Por aquí por esta zona
se cultiva el poleo,
en agua tibia se toma
para la tos y el mareo.

Ruda

De la ruda se toma el agua,
y con salvia nos bañamos,
y gracias a estas dos plantas
nuestros cuerpos están sanos.

Para curar la martriz,
la ruda con la cebolla,
si la mujer está mal,
en infusión se las toma.



R

S



Sábila

Subí al palo de naranjas
y con este me pegué,
mi mamá me dio la sábila
y mi golpe yo curé.



Sauco

El sauco es un arbusto
que dizque cura el mal de ojo,
en infusión se prepara
y se aplica en los ojos.



Suelda consuelda

La mata suelda consuelda
se toma en jarabe tónico,
se cocinan sus raíces
y te aliviará los cólicos.

T



Tacamaco

Tacamaco es una planta
que sirve para curar,
y si pones un emplasto
pronto vas a mejorar.



Tomate

Si te quemas con el fuego,
tomate debes rallar,
y como una pomadita
te lo puedes aplicar.

V



Valeriana

El susto que yo tenía
la valeriana quitó,
pero por el mal verano
mi matica se secó.

La agüita de valeriana
a un vecino le curó
esos nervios que tenía,
pues la bruja lo asustó.



Verdolaga

La mata de verdolaga
se encuentra como **pesebre**,
regadita por la playa
y sirve para la fiebre.

Y

Yerbabuena

Los niños que comen dulce
deben probar yerbabuena,
para quitar los parásitos
y así aliviarles sus penas.

Los parásitos son bichos
que te pueden enfermar,
mastica la yerbabuena
pa' poderlos aplacar.



Yerbamora

Las hojas de yerbamora
bien las vas a machacar,
te la aplicas en los golpes
y de una te va a aliviar.





Glosario

Chupo: absceso en la piel, nacido.

Chuzo: herida por estaca o astilla.

Colirio: cura tradicional a base de hierbas para hacer lavados estomacales.

Estornudez: tendencia a estornudar, ataque de estornudos.

Masa: producto del machacado de la planta.

Ojo: mal producido por el deseo de una persona sobre algún aspecto de otra. El ojo se transmite a través de la mirada deseosa. Esta mirada puede ser malintencionada o sin intención, y puede prevenirse si el deseado es mordido por quien lo desea.

Pesebre: vegetación que se encuentra a la orilla de los ríos pegada a las piedras. Se trata de plantas pequeñas pero tupidas.

Tacado: machacado.



yerbamora

Espacio para el
colofón aborum,
officim agnitem imin
nitibus ilicimi liqu